

Como Proteger a los Niños de las Amenazas Ambientales



Ayude a los niños a respirar mejor

- ✓ No fume ni permita a otros fumar en su casa o automóvil.
- ✓ Mantenga su casa y sus mascotas tan limpias como sea posible. El polvo, el moho, los insectos, el humo del tabaco y la caspa de las mascotas pueden causar ataques de asma y alergias.
- ✓ Evite las actividades al aire libre cuando haya mucha contaminación en el aire, como cuando haya anuncios de días de alerta por los altos niveles de ozono.



Proteja a los niños del envenenamiento con plomo

- ✓ Lave las manos de los niños antes de comer y lave con frecuencia los biberones, chupones y juguetes.
- ✓ Lave pisos y marcos de ventanas para proteger a los niños del polvo y pintura descascarada contaminada con plomo, especialmente en viviendas viejas.
- ✓ Deje abierto el chorro de la llave del agua fría por 30 segundos antes de usarla para dejar salir el agua contaminada con plomo de las tuberías.
- ✓ Haga examinar a sus niños para saber si tienen plomo en la sangre. Hable con su médico sobre la prueba necesaria.
- ✓ Realice una prueba en su vivienda, si fue construida antes de 1978, para saber si existen peligros por pintura con plomo.



Proteja a los niños del envenenamiento con monóxido de carbono (CO)

- ✓ Revise una vez al año todas las tuberías de salida de humos de calderas de calefacción y chimeneas, y así como también otros aparatos que usen combustible.
- ✓ Nunca use el horno o los quemadores de la estufa como calefacción. Tampoco prenda braceros para asar o cocinar alimentos dentro de la casa.
- ✓ Nunca duerma en cuartos en donde haya calentadores de gas o de queroseno sin ventilación.
- ✓ No deje funcionando el motor de un automóvil o el de una cortadora de pasto dentro de un garaje cerrado.
- ✓ Instale en las áreas de dormir detectores de monóxido de carbono (CO) que hayan sido aprobados por UL y tengan el sello UL correspondiente.



Mantenga los pesticidas y otros químicos tóxicos fuera del alcance de los niños

- ✓ Guarde la comida y basura en recipientes cerrados para evitar las plagas dentro de su casa.
- ✓ No use pesticidas, si no es indispensable usarlos. Busque información sobre alternativas.
- ✓ Lea las etiquetas de los productos y siga las instrucciones.
- ✓ Use cebo y trampas en vez de insecticidas en aerosol ("spray") siempre que sea posible—manténgalos fuera del alcance de los niños.
- ✓ Guarde los pesticidas y otros químicos tóxicos en un lugar seguro donde los niños no los puedan agarrar y nunca los ponga en envases de refrescos o recipientes de comida para prevenir que los niños los ingieran por error.
- ✓ Mantenga a los niños, sus juguetes y mascotas alejados cuando esté usando pesticidas y no los deje jugar en campos, huertos o jardines donde pesticidas hayan sido aplicados.
- ✓ Lave frutas y vegetales bajo el chorro del agua antes de comerlos. Pélelos siempre que sea posible.



Proteja a los niños de demasiado sol

- ✓ Asegúrese que los niños usen sombreros o cachuchas, lentes para el sol y ropa que los proteja.
- ✓ Use cremas bloqueadoras solares en bebés de más de 6 meses de edad y mantenga a los más pequeños alejados del sol.
- ✓ No exponga a los niños al sol de medio día. El sol es más fuerte entre las 10 de la mañana y las 4 de la tarde.



Proteja a los niños de los altos niveles de gas radón

- ✓ Haga en su casa la prueba de radón con un paquete especial para pruebas en casas.
- ✓ Repare su casa si, según el reporte de la prueba realizada, el nivel de radón es de 4 pCi/L o más alto. Si necesita ayuda, llame a la oficina estatal de radón o al teléfono 1-800-644-6999 (información disponible solamente en inglés).



Proteja a los niños de pescado y de agua contaminados

- ✓ Llame al departamento de salud local o estatal para obtener información sobre recomendaciones para limitar la cantidad de pescado que debe consumirse y sobre clausura de playas.
- ✓ Lleve el aceite de motores usado a centros de reciclaje y deshágase de manera apropiada de químicos tóxicos de uso doméstico.
- ✓ Averigüe qué sustancias contiene el agua potable en el lugar donde usted vive. Llame a la empresa de suministro de agua potable local y solicite una copia del informe anual de calidad de agua potable o, si el agua de su casa viene de un pozo privado de agua potable, realice una prueba de calidad del agua todos los años.

Participe

Para mayor información, llame gratis al teléfono **1-877-590-KIDS** ó visite la pagina del Internet www.epa.gov/children (información disponible solamente en inglés).

Agencia de Protección Ambiental de los EUA
(US Environmental Protection Agency)



EPA/100/F-00/008